

§ Einstieg

Ich trage seit gestern eine neue Brille. Passend zum Thema der Veränderung. Meine alte Brille war mittlerweile neun Jahre alt. Schon oft hatten meine Frau und ich darüber gesprochen, dass eine neue Brille schön wäre. Doch die alte tat es auch immer noch, sie war nicht kaputt und ich sah immer noch gleich gut. Vor zwei Wochen war dann der Moment gekommen und wir entschieden, dass es jetzt eine neue Brille braucht.

Eine solche äusserliche Veränderung ist relativ einfach und geht schnell. Es ist ähnlich mit einer neuen Frisur oder neuen Kleidern oder allgemein einem neuen äusserlichen Stil. Äusserliche Veränderung sind relativ einfach, ausser vielleicht wenn wir abnehmen wollen oder uns einen muskulösen Körper wünschen.

Doch wir alle wissen, dass innerliche Veränderung viel schwieriger ist. Was meine ich damit? Jeder von uns hat gewisse Charakterzüge die uns eigentlich nicht passen. Wir sind vielleicht aufbrausend oder haben unsere Zunge nicht unter Kontrolle oder sind schnell ungeduldig oder haben Angst vor anderen Menschen. Solche Charakterzüge zu verändern ist sehr schwierig und manchmal scheint es uns unmöglich. Oder wir haben ungesunde Muster in unserem Leben, irgendwelche „Mödeli“ oder richtige Süchte oder eine ungesunde Lebensweise. Und je älter man wird, so habe ich es mir sagen lassen, desto schwieriger wird Veränderung. Was also tun? Eine Antwort ist: Einfach so leben! Das ist die Haltung unserer Zeit: Ich bin wie ich bin und das ist gut so. Und ja, es stimmt, dass man sich selbst akzeptieren muss, nur gibt es in unserem Herzen viel Dunkles und Böses, das uns und unserer Umwelt schadet.

Es gibt aber noch eine andere Haltung zur Veränderung. Wir sind in einer Reihe über den Ermutiger. So nannte Jesus den Heiligen Geist, als er ihn seinen Jüngern versprach, bevor er zum Vater in den Himmel zurückging. Wir sahen in den letzten beiden Wochen, dass der Heilige Geist die Quelle des Lebens ist. Die Quelle von allem Leben und von neuem Leben. Und er ist die Quelle von echter und tiefer Gemeinschaft mit Gott und mit anderen Christen. Heute werden wir sehen, dass der Heilige Geist in uns Veränderung bewirken möchte, wenn wir ihn lassen.

Wir werden uns einen Abschnitt aus der Bibel anschauen, Galater 5,16-26. Dort schreibt Paulus über diese Veränderung, die der Heilige Geist in allen Menschen bewirken möchte, die neues Leben von ihm bekommen haben. Und wir werden sehen, dass es ein Hindernis für Veränderung gibt, ein Ziel der Veränderung und einen Weg dahin.

§ Hindernis für Veränderung

Paulus schreibt: **Was will ich damit sagen? Lasst den Geist 'Gottes' euer Verhalten bestimmen, dann werdet ihr nicht mehr den Begierden eurer eigenen Natur nachgeben. 17** Denn die menschliche Natur richtet sich mit ihrem Begehren gegen den Geist 'Gottes', und der Geist 'Gottes' richtet sich mit seinem Begehren gegen die menschliche Natur. Die beiden liegen im Streit miteinander, und jede Seite will verhindern, dass ihr das tut, wozu die andere Seite euch drängt. **18** Wenn ihr

euch jedoch vom Geist 'Gottes' führen lasst, steht ihr nicht mehr unter 'der Herrschaft' des Gesetzes. (Galater 5,16-18)

Im ganzen Kapitel 5 des Galaterbriefes geht es eigentlich um das grosse Thema der Freiheit. Das Bild das Paulus hier braucht: Wir waren wie Gefangene, die aus einem Gefängnis befreit wurden. Durch Jesus werden wir frei vom Bösen, von der Schuld und vom schlechten Gewissen. Doch ein Gefangener der zum Beispiel ein Betrüger war und wegen dem im Gefängnis sass, der muss nun einüben, nicht mehr zu betrügen, wenn er aus dem Gefängnis kommt. Er muss diese Freiheit jetzt für das Gute verwenden und nicht wieder das gleiche Leben führen wie vor dem Gefängnis.

Und wie der Betrüger den Hang zum Betrügen hat, so haben auch wir tief in uns etwas, das ich als „Ich-zuerst“-Reflex bezeichnen möchte. Was meine ich damit? Menschen denken in der Regel zuerst an sich. Man fragt sich: Habe ich genug? Genug Geld? Genug Zeit für mich? Stimmt es für mich? Wie stehe ich da? Bekomme ich genügend Dank und Aufmerksamkeit und Lob? Und dieser „Ich-zuerst“-Reflex ist nicht einfach weg, wenn man Christ wird.

Paulus bezeichnet diesen „Ich-zuerst“-Reflex als menschliche oder selbstsüchtige Natur. In älteren Übersetzungen wird es mit „Fleisch“ bezeichnet. Er schreibt weiter: **Im Übrigen ist klar ersichtlich, was die Auswirkungen sind, wenn man sich von der eigenen Natur beherrschen lässt: sexuelle Unmoral, Schamlosigkeit, Ausschweifung, 20 Götzendienst, okkulte Praktiken, Feindseligkeiten, Streit, Eifersucht, Wutausbrüche, Rechthaberei, Zerwürfnisse, Spaltungen, 21 Neid, Trunkenheit, Fressgier und noch vieles andere, was genauso 'verwerflich' ist. (Galater 5,19-21)**

Das sind alles Auswirkungen, wenn unser „Ich-zuerst“-Reflex uns beherrscht. Wenn wir unserem Verlangen nach Essen oder Trinken oder Sex freien Lauf lassen, endet das in Fressgier, Trunkenheit und sexueller Unmoral. Aber es gibt nicht nur diese dramatischen äusseren Reaktionen. Es gibt auch andere Auswirkungen: Streit kommt vom Gedanken „ich weiss wie es richtig sein sollte“ oder Eifersucht kommt vom Gedanken „ich möchte so sein wie der andere“. Und auch Rechthaberei oder Neid, kommen alle von unserem „Ich-zuerst“-Reflex.

Dieser „Ich-zuerst“-Reflex ist ein Hindernis für die Veränderung, die der Heilige Geist in uns bewirken möchte. Paulus spricht davon, dass ein Kampf in uns herrscht zwischen unserer selbstsüchtigen Natur und dem Geist Gottes (V. 17). Diesem Kampf müssen wir uns immer wieder bewusst werden.

Doch die gute Nachricht ist, dass Veränderung tatsächlich möglich ist. Der Heilige Geist möchte sie in uns bewirken. In Vers 16 schreibt Paulus: **Lasst den Geist 'Gottes' euer Verhalten bestimmen, dann werdet ihr nicht mehr den Begierden eurer eigenen Natur nachgeben.** Hier sehen wir schon. Es ist zwar Gottes Geist der die Veränderung bewirkt, aber wir können uns nicht einfach zurücklehnen. Denn wir müssen uns einverstanden zeigen mit der Veränderung und sie aktiv zulassen. In Vers 25 schreibt es Paulus so: **Da wir also durch 'Gottes' Geist ein 'neues' Leben haben, wollen wir uns**

jetzt auch auf Schritt und Tritt von diesem Geist bestimmen lassen. Der Ausdruck „auf Schritt und Tritt“ zeigt, dass Veränderung ein Prozess ist, den wir fördern oder eindämmen können. Es bleibt ein Kampf, weil unser „Ich-zuerst“-Reflex im Streit liegt mit dem Heiligen Geist.

§ Ziel der Veränderung

Doch was ist eigentlich das Ziel dieser Veränderung? Veränderung braucht immer ein Ziel, weil wir Menschen grundsätzlich eher ablehnende sind gegen Veränderung. Erst wenn uns das Ziel attraktiv erscheint, sind wir für Veränderung bereit.

Paulus beschreibt das Ziel in Vers 22: **Die Frucht hingegen, die der Geist Gottes hervorbringt, besteht in Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, 23 Rücksichtnahme und Selbstbeherrschung. Gegen solches Verhalten hat kein Gesetz etwas einzuwenden.** Diese Aufzählung bezeichnet Paulus als die Frucht des Geistes. Diese Dinge kommen hervor in unserem Leben, wenn wir uns vom Heiligen Geist verändern lassen. Das ist das Ziel.

Über jedes einzelne dieser Wörter könnte man eine eigene Predigt halten, denn sie sind alle so gehaltvoll und wichtig. Da mir die Zeit dafür fehlt, möchte ich auf eines hinweisen: Ich bin sicher, dass es kein Zufall ist, dass Paulus die Aufzählung mit der Liebe beginnt. Er sagt an anderer Stelle, dass die Liebe das Wichtigste überhaupt ist (1. Korinther 13,13) und an einer anderen Stelle lesen wir, dass Gott Liebe ist (1. Johannes 4,8). Das bedeutet, dass alles was er tut und ist, ein Ausdruck von Liebe ist. Wenn wir diese beiden Gedanken zusammen nehmen, dann können wir erkennen, dass alle Begriffe, die Paulus nach der Liebe aufzählt, im Grunde genommen Formen dieser Liebe sind. Es ist naheliegend: Wenn Gottes Geist uns verändert, dann verändert er uns so, dass wir Gott immer ähnlicher werden, und das bedeutet, dass wir Menschen werden, die lieben.

Man kann die Früchte des Geistes auch so beschreiben:

Freude ist jubelnde **Liebe**
Friede ist heilende **Liebe**
Geduld ist tragende **Liebe**
Freundlichkeit ist erbarmende **Liebe**
Güte ist schenkende **Liebe**
Treue ist verlässliche **Liebe**
Sanftmut ist demütige **Liebe**
Selbstbeherrschung ist verzichtbereite **Liebe**

Wir können das Wort „Liebe“ vielleicht gar nicht mehr hören. Es scheint so verbraucht zu sein auch in der Kirche. Doch ich bin der Überzeugung, dass dies genau die ganz grosse und zentrale Herausforderung von jedem Menschen ist. Es geht nicht darum, alles über Gott zu wissen oder gut diskutieren zu können, sondern um die Frage: Liebe ich meinen Nächsten, wie mich selbst? Die Liebe ist die grosse Herausforderung unserer Zeit und dieser Abschnitt aus der Bibel zeigt: Wir können es nur mit der Hilfe

des Heiligen Geistes. Wenn wir angestrengt versuchen Freude zu zeigen oder geduldig zu sein, dann ist es eigentlich wertlos. Diese Früchte der Liebe muss der Heilige Geist hervorbringen.

Doch es heisst nicht, dass wir tatenlos zusehen müssen. Diese Adjektive oben können auch in Verben verwandelt werden und zeigen dann die ganze Farbpalette der Liebe. Liebe bedeutet zu jubeln. Die Freude über Gott und andere Menschen zum Ausdruck bringen. Liebe bedeutet zu heilen. Vielleicht nicht körperlich, aber so viele Menschen sind innerlich verletzt und wir können mit guten Worten und echter Zuwendung Heilung bewirken. Liebe bedeutet zu tragen. Sich an die Seite anderer zu stellen und ihre Lasten mit zu tragen. Liebe bedeutet sich zu erbarmen über andere Menschen. Liebe bedeutet zu schenken. Liebe bedeutet verlässlich zu sein und nicht unberechenbare Entscheidungen zu treffen. Liebe bedeutet demütig zu sein und weniger an sich selbst zu denken. Und Liebe bedeutet zu verzichten. Auf das eigene Recht, auf den eigenen Vorteil und die eigene Erfüllung zu Gunsten der Person die ich liebe.

Entmutigt dich eine solche Liste und ein solches Ziel? Denkst du: Dahin komme ich ja nie? Solche Früchte sehe ich nicht in meinem Leben? Keine Angst: Aus dir heraus musst diese Dinge nicht produzieren. Sondern Gottes Geist bringt diese Dinge hervor. Doch wie sieht der Weg dahin aus?

§ Weg zur Veränderung

Der Weg zu dieser Veränderung wird unter anderem im Psalm 1 beschrieben. Dort heisst es: **‘Glücklich zu preisen ist’, wer Verlangen hat nach dem Gesetz des Herrn und darüber nachdenkt Tag und Nacht. 3 Er gleicht einem Baum, der zwischen Wasserläufen gepflanzt wurde: zur Erntezeit trägt er Früchte, und seine Blätter verwelken nicht. Was ein solcher Mensch unternimmt, das gelingt.**

Es gibt hier eine erstaunliche Parallele zur Stelle aus Galater 5. Hier spricht der Psalmist von Menschen, die Frucht bringen. Das sollte unser Ziel sein: Wir sind nicht hier, um nur für uns selbst zu schauen, sondern wir sollen Frucht bringen. Dinge die ausserhalb von uns sind und anderen Menschen dienen. Diese Frucht ist diejenige, die wir vorhin gesehen haben: Die Frucht des Geistes.

Sehr interessant ist der Vers 2, denn er beschreibt den Weg zu dieser Frucht. Wer verlangen hat nach dem Gesetz des Herrn und darüber nachdenkt Tag und Nacht, der wird ein solcher Baum, der Frucht bringt. Mit dem Gesetz des Herrn sind nicht nur die Zehn Gebote oder die 5 Bücher Mose gemeint, sondern die ganze Bibel, das ganze Wort Gottes. Darüber sollen Menschen meditieren, heisst es dort wörtlich. Es geht beim Wort Gottes nicht einfach darum, dass wir die Informationen daraus wissen. Sondern dass uns diese Wahrheiten beschäftigen und immer und immer wieder in den Sinn kommen. Was beschäftigt dich wirklich? Worüber meditierst du? Ein guter Anhaltspunkt dafür sind die Dinge, über die du nachdenkst, wenn du gerade nichts zu tun hast. Studierst du dann über Geld nach? Oder anderen Besitz? Oder andere Menschen? Oder über das Wort Gottes und seine Wahrheiten?

Kurs gesagt: Wenn wir Gottes Wort meditieren und es immer mehr Teil wird von unserem Leben, sind wir auf dem Weg der Veränderung und der Heilige Geist wird in uns die Früchte der Liebe hervorbringen.

Ich könnte jetzt einfach sagen: Darum müssen wir mehr Bibel lesen. Aber ich weiss aus eigener Erfahrung, dass das wenig half, wenn ich das hörte. Ich möchte euch von einer Methode zur Schriftmeditation erzählen, die vom grossen Reformator Martin Luther stammt und die ich momentan versuche einzuüben.

Man wählt zuerst einen Bibelabschnitt aus. Das kann ein Psalm sein oder ein Abschnitt aus einem Evangelium oder aus einem der kurzen Briefe von Paulus. Dann liest man diesen Abschnitt, denkt darüber nach und schreibt am Rand der Bibel auf, wie man diesen Abschnitt zusammenfassen würde, in einem Wort oder einem Satz. Dieser Satz sollte eine Wahrheit über Gott sein oder über das Leben oder über Menschen.

Danach kommt die eigentliche Meditation über dieser Stelle. Der erste Schritt ist zu überlegen, was Gott uns für eine Anweisung gibt in diesem Abschnitt, den wir gelesen haben. Zum Beispiel in unserem Predigttext ist es: Wir sollen uns auf Schritt und Tritt vom Geist bestimmen lassen. Das ist die Anweisung Gottes. Als zweites wird diese Anweisung in einen Dank und Lobpreis verwandelt. Hier kann man Gott danken, dass er uns seinen Geist schenkt und Veränderung möglich ist in unserem Leben. Als drittes machen wir ein Geständnis daraus. Wo waren die Situationen in denen ich mich nicht vom Geist habe bestimmen lassen? Und als Letztes eine Bitte. Hier können wir bitten, dass Gott uns hilft und uns zeigt, was es in meiner Situation bedeutet, uns vom Heiligen Geist auf Schritt und Tritt bestimmen zu lassen.

Das ist eine Form, wie wir das Wort Gottes meditieren können und es uns formen kann.

☞ **Schluss**

Veränderungen in unserem Leben und unserem Charakter gehen wohl niemals so schnell wie das Kaufen einer neuen Brille. Veränderung braucht Zeit und ist oftmals nicht so schnell sichtbar, wie eine neue Brille auf der Nase. Genauso brauchen die Früchte des Geistes Zeit, in unserem Leben zu wachsen. Wachstum macht keinen Lärm und ist manchmal sehr unspektakulär.

Oftmals sehen wir Veränderung und die Früchte des Geistes erst im Nachhinein. Plötzlich fällt einem zum Beispiel auf, dass man keinen Groll mehr hat auf eine bestimmte Person oder bei der Provokation einer Person nicht mehr aufgebraust ist oder echte Geduld hatte. Das sind Früchte des Geistes, die gewachsen sind und die in uns die Zuversicht verstärken: Veränderung ist möglich durch den Heiligen Geist.

Amen.